



## PENGARUH TERAPI *BACK MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN NYERI RHEUMATOID ARTHRITIS PADA LANSIA

Rizka Mailani Putri<sup>1</sup>, Amir Lutfi<sup>2</sup>, Alini<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

<sup>2</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Rizkamailaniputri31@gmail.com

Alini\_09@yahoo.com

### Abstrak

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas. Semakin bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan yang menimbulkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis ditandai dengan adanya nyeri. Adapun salah satu cara untuk mengobati nyeri adalah dengan terapi *back massage*, karena terapi *back massage* dapat memberikan sensasi relaksasi sehingga mengakibatkan terjadinya vasodilatasi pada pembuluh darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menukung proses penyembuhan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 570 orang dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Metode pengambilan sampel *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *numeric rating scale* dan lembar observasi. Analisa yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia dengan p-value 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan rata-rata penurunan 1, 70. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan lansia untuk menggunakan terapi *back massage* untuk menurunkan nyeri Rheumatoid Arthritis.

**Kata Kunci: Lansia, Rheumatoid Arthritis, Terapi Back Massage**

### Abstract

*Elderly is someone who has reached the age of 60 years and over. As you get older, your physiological function decreases, which causes various health problems, one of which is Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis is characterized by pain. One way to treat pain is back massage therapy, because back massage therapy can provide a sensation of relaxation, resulting in vasodilation of the blood vessels in the area being rubbed so that cell activity increases and will reduce pain and support the healing process. The purpose of this study was to determine the effect of back massage therapy on the reduction of Rheumatoid Arthritis pain in the elderly in the working area of the Kampar Public Health Center in 2020. The design of this study was quasi experimental with a one group pretest-posttest design. The population in this study was 570 people with a sample size of 30 people. The sampling method was purposive sampling. The measuring instrument used is the numeric rating scale and the observation sheet. The analysis used was univariate and bivariate using the non-parametric Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed the effect of back massage therapy on the reduction of Rheumatoid Arthritis pain in the elderly with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), with an average decrease of 1.70. Based on the results of the study, it is expected that the elderly use back massage therapy to reduce pain. Rheumatoid Arthritis*

**Keywords: Elderly, Rheumatoid Arthritis, Back Massage Therapy**

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2020

✉Corresponding author :

Address : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang

Email : alini\_09@yahoo.com

Phone : 085265591056

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lanjut usia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Lansia memiliki karakteristik yaitu berusia lebih dari 60 tahun, memiliki kebutuhan dan masalah yang beragam dari rentang sehat sampai sakit, kebutuhan biopsikospritual, serta dari kondisi maladaptif dan lingkungan tempat tinggal yang bervariasi (Maryam *et al* 2008, dalam Sya'diyah, 2018).

Jumlah lansia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2025 jumlah lansia mencapai 1.200.000.000 jiwa di seluruh dunia. Kementerian kesehatan Indonesia juga memperkirakan pada tahun 2025 Indonesia akan mengalami peningkatan lansia sebesar 41,4% dari total jumlah penduduk di seluruh wilayah Indonesia (Pujastuti *et al* 2018).

Peningkatan jumlah lansia berarti bertambahnya masalah kesehatan karena terjadinya perubahan-perubahan fisiologi pada lansia. Diantara berbagai masalah kesehatan pada lansia salah satunya adalah nyeri persendian atau yang dikenal dengan Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis adalah penyakit inflamasi non-bakterial yang bersifat sistemik, progresif, cenderung kronik dan mengenai sendi serta jaringan ikat sendi secara simetris. Rheumatoid Arthritis adalah gangguan autoimun kronik yang menyebabkan proses inflamasi pada sendi (Lemone & Burke, 2001 dalam Sya'diyah, 2018).

Menurut WHO (2010) terdapat 335 juta jiwa penduduk dunia mengalami Rheumatoid Arthritis. Angka ini diprediksi akan terus meningkat 25% di tahun 2025, prevalensi dunia yang tinggi yaitu terjadi di bagian Eropa dan Asia (Taja, 2011, dalam Gustina *et al* 2018).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2013) prevalensi Rheumatoid Arthritis di Indonesia tertinggi terdapat di Provinsi Nusa Tenggara Timur sebanyak (33, 1%), selanjutnya posisi kedua di Jawa Barat (32,1%), posisi ketiga berada di Bali sebanyak (30%) dan prevalensi terendah terdapat di Provinsi Riau ( Heristi, 2018).

Di Kabupaten Kampar, kasus Rheumatoid Arthritis menjadi salah satu penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar pada tiga tahun terakhir yaitu dari tahun 2017 sampai tahun 2019, kasus Rheumatoid Arthritis menjadi sepuluh penyakit tertinggi yang diderita oleh seluruh masyarakat di Kabupaten Kampar. Pada tahun 2017 kasus Rheumatoid Arthritis berada pada peringkat keempat dengan jumlah kasus sebanyak 20. 506 kasus. Sedangkan pada tahun 2018 mengalami peningkatan dengan kasus

Rheumatoid Arthritis menempati posisi ketiga tertinggi dengan jumlah penderita sebanyak 20.680 kasus.

Adapun pada tahun 2019 penderita Rheumatoid Arthritis sedikit mengalami penurunan namun tetap termasuk dalam sepuluh penyakit tertinggi yang diderita oleh masyarakat di Kabupaten Kampar. Berikut ini data sepuluh penyakit tertinggi di Kabupaten Kampar:

Tabel 1. Data Sepuluh Penyakit Tertinggi di Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar 2019

No	Penyakit	Jumlah	Persentase
1.	Nasofaringitis Akut	52. 613	31, 4%
2.	Hipertensi Esensial	26. 729	16, 0%
3.	Dispepsia	22. 237	13,4%
4.	Rheumatoid Arthritis	13. 964	8, 4%
5.	Diabetes Melitus tipe II	10. 662	6, 4%
6.	Gastroenteritis	10. 533	6, 3%
7.	Kehamilan Normal	9. 425	5, 6%
8.	Penyakit Jaringan Pulpa dan Periapikal	7. 513	4, 4%
9.	Influenza	7. 023	4, 1%
10.	Gastritis	6. 607	4, 0%
Jumlah		167. 306	100%

Berdasarkan tabel 1, dari sepuluh penyakit tertinggi yang diderita oleh masyarakat di Kabupaten Kampar, penderita Rheumatoid Arthritis menjadi peringkat keempat tertinggi yang paling banyak diderita oleh masyarakat di Kabupaten Kampar dengan angka kejadian sebanyak 13. 964 kasus atau 8, 4% dari laporan kasus seluruh puskesmas yang berada di Kabupaten Kampar.

Rheumatoid Arthritis dapat menimbulkan berbagai gejala. Pada gejala awal bagian persendian yang paling sering terkena yaitu sendi tangan, pergelangan tangan, sendi lutut, sendi siku, pergelangan kaki, sendi bahu (Turana, 2005, dalam Pujastuti *et al* 2018).

Adanya nyeri membuat penderita Rheumatoid Arthritis seringkali takut untuk bergerak sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Penyakit Rheumatoid Arthritis tidak dapat dibiarkan begitu saja karena Rheumatoid Arthritis merupakan penyakit kronik dan progresif. Komplikasi dari penyakit Rheumatoid Arthritis yaitu, dapat terjadinya kelumpuhan akibat pembengkakan pada sendi, tromboemboli pada pembuluh darah dan bisa terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah ke jantung yang dapat mengganggu kerja pacu jantung sehingga terjadinya henti jantung dan dapat menyebabkan kematian (Sya'diyah, 2018).

Tujuan pengobatan Rheumatoid Arthritis adalah untuk mrnghilangkan nyeri peradangan, mempertahankan fungsi sendi. Menajemen nyeri yang dialami pasien dapat dilakukan melalui intervensi farmakologi (pemberian obat anti inflamasi NSAID, glukokortikoid, terapi

DMARD's dan analgesik) dan non farmakologi dengan pemberian terapi komplementer berupa kompres dan *massage* (Purwoastuti, 2009, dalam Pujastuti *et al* 2018).

Salah satu intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat dalam mengatasi nyeri yang dirasakan oleh pasien adalah dengan memberikan *massage*. *Massage* adalah stimulasi kutaneus tubuh secara umum, sering dipusatkan pada punggung dan bahu. *Massage* tidak secara spesifik menstimulasi reseptor yang sama seperti reseptor nyeri tetapi dapat mempunyai dampak melalui sistem kontrol desenden. *Massage* dapat membuat klien lebih nyaman karena membuat relaksasi pada otot (Mubarak *et al* 2015).

*Massage* yang dapat dilakukan perawat untuk pasien Rheumatoid Arthritis adalah terapi *back massage*. *Back massage* digunakan untuk menurunkan nyeri pada pasien hipertensi, pasien post operasi abdomen, pada ibu hamil dan pada pasien Rheumatoid Arthritis. Pada pasien Rheumatoid Arthritis tidak boleh dilakukan *massage* secara langsung pada area sendi yang mengalami pembengkakan, karena dapat memperparah kondisi pembengkakan pada sendi. *Back massage* merupakan tindakan *massage* pada punggung dengan usapan secara perlahan (Kenworthy *et al*, 2002, dalam Kristanto 2011).

Punggung merupakan tempat sumsum tulang belakang berada, dimana sumsum tulang belakang merupakan bagian dari Sistem Saraf Pusat/ SSP. Fungsi dari SSP adalah sebagai pengendali utama tubuh. Sehingga jika diberikan *massage* pada punggung dapat memberikan relaksasi pada otot dan sumsum tulang belakang. Sehingga sumsum tulang belakang akan menyampaikan implus ke otak, dan otak akan menyampaikan informasi ke seluruh tubuh sehingga dapat menyebabkan nyeri berkurang pada seluruh sendi (Pearce, 2017).

Fungsi *back massage* adalah memberikan sensasi relaksasi sehingga mengakibatkan terjadinya vasodilatasi pada pembuluh darah yang akan meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan (Kusyati E, 2006, dalam Kristanto 2011). Untuk mempermudah proses pemijatan dapat dilakukan dengan menggunakan minyak pijat seperti: minyak kelapa, minyak zaitun, minyak pijat almond, minyak jojoba, minyak sereh dan minyak wijen (Orami, 2019).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar (2019) dari 31 Puskesmas yang ada di Kabupaten Kampar terdapat sepuluh Puskesmas tertinggi dengan jumlah penderita Rheumatoid Arthritis terbanyak yang diderita oleh masyarakat. Berikut ini data sepuluh Puskesmas tertinggi dengan jumlah penderita Rheumatoid Arthritis terbanyak di Kabupaten Kampar:

**Tabel 2 Data Sepuluh Puskesmas Tertinggi Dengan Jumlah Penderita Rheumatoid Arthritis Tertinggi di Kabupaten Kampar Tahun 2019**

No.	Puskesmas	Jumlah	Persentase
1.	Kampar	970	21, 0%
2.	Perhentian Raja	910	19, 8%
3.	Bangkinang	636	13, 8%
4.	Kampar Kiri Tengah	525	11,4%
5.	Tapung I	301	6, 5%
6.	Kampar Kiri	266	5, 8%
7.	Salo	256	5, 6%
8.	Kampar Utara	254	5, 5%
9.	Koto Kampar Hulu	252	5, 4%
10.	Tapung Hilir I	241	5, 2%
Jumlah		4. 611	100 %

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari sepuluh Puskesmas tertinggi di Kabupaten Kampar pada tahun 2019, Puskesmas Kampar menempati posisi tertinggi untuk kasus Rheumatoid Arthritis dengan angka kejadian 970 kasus atau sebanyak 21, 0%. Posisi kedua adalah Puskesmas Perhentian Raja dengan angka kejadian 910 kasus atau sebanyak 19, 8% dan pada posisi ketiga tertinggi berada pada Puskesmas Bangkinang dengan angka kejadian 636 kasus atau sebanyak 13, 8%.

Berdasarkan data dari Puskesmas Kampar, angka penderita Rheumatoid Arthritis tertinggi adalah pada kelompok usia lansia dengan jumlah kasus pada tahun 2018 sebanyak 486 kasus dan semakin meningkat pada tahun 2019 yaitu menjadi 570 kasus. Sehingga penulis melakukan studi pendahuluan di Puskesmas Kampar.

Pada studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh penulis di Puskesmas Kampar, dari 10 orang lansia didapatkan hasil bahwa 7 orang lansia mengeluhkan nyeri sendi dan kekakuan sendi serta bengkak pada lutut. Nyeri yang dirasakan adalah dalam skala nyeri sedang dan 3 orang lainnya mengeluhkan nyeri sendi dengan skala ringan.

Setelah dilakukan wawancara pada lansia yang mengalami nyeri sendi dengan skala sedang tersebut, mereka mengatakan jika nyerinya kambuh mereka hanya minum analgesik yang diberikan oleh petugas puskesmas, bahkan sebagian mereka enggan minum obat karena merasa tidak ingin mengkonsumsi obat kimia di usianya yang lanjut. Mereka mengatakan tahu dan sudah biasa dengan pijat untuk dijadikan sebagai pilihan alternatif dalam pengobatan. Namun mereka tidak tahu ada pijat yang dapat mengurangi nyeri sendi pada pasien yang menderita Rheumatoid Arthritis.

Menurut Tamsuri (2006) dalam Pujastuti (2018) untuk mendapatkan hasil dalam mengurangi rasa nyeri, *back massage* dilakukan minimal 10 menit. Semakin lama proses pemijatan semakin memperlancar peredaran darah, sehingga



menimbulkan rasa rileks dan lebih efektif dalam mengurangi rasa nyeri.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Kristanto dan Maliya (2011) dengan judul “Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Reumatik Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Pembantu Karang Asem” terapi back massage dilakukan dengan menggunakan balsem selama 20 menit. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian back massage terhadap intensitas nyeri reumatik pada wilayah puskesmas pembantu karang asem dengan  $p\text{ value} = 0,003$  ( $p < 0.05$ ).

Oleh karena itu berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang terapi *back massage* yang akan dilakukan selama 30 menit dengan judul “Pengaruh Terapi *Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020”. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar..

**METODE**

**Desain Penelitian**

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimental* atau eksperimental semu dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *One Group Pretest-posttest design* (Notoamojo, 2012). Rancangan penelitian yang dilakukan ini pada satu kelompok yang diberikan suatu intervensi tertentu untuk diamati hasilnya dan dibandingkan dengan keadaan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Intervensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian terapi *back massage* selama 30 menit pada lansia yang mengalami nyeri Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar.

**Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar pada tanggal 04 Mei sampai dengan 09 Mei 2020.

**Populasi**

Populasi adalah kumpulan individu atau objek atau fenomena yang secara potensial dapat diukur sebagai bagian dari penelitian (Mazhindu and Scott, 2005 dalam Swarjana, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar yang berjumlah 570 orang.

**Sampel**

Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu suatu metode pemilihan sampel yang dilakukan dengan memilih sampel melalui penetapan kriteria tertentu oleh peneliti (Swarjana, 2015). Peneliti mengambil sampel dengan menggunakan rumus *central limit theorem*. Dalam *central limit theorem* ini diketahui bahwa untuk pendekatan ke distribusi normal, distribusi rata-rata sampel tidak memerlukan sampel yang besar. Dengan sampel sebesar 30 diharapkan terjadi pendekatan ke distribusi normal, oleh sebab itu jumlah sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 30 orang.

**Alat Pengumpulan Data**

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah lembar Observasi Tingkat Nyeri Rheumatoid Arthritis. Lembar observasional digunakan untuk mengobservasi skala nyeri Rheumatoid dan setelah dilakukan terapi *back massage*. Di dalam lembar observasional terdapat keterangan pengukuran skala nyeri. Skala nyeri digunakan untuk mengukur variabel nyeri Rheumatoid Arthritis dengan menggunakan skala ukur nyeri *numeric rating scale*.

**Analisa Data**

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel. Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis variabel-variabel penelitian dengan menguji hipotesis penelitian serta untuk melihat gambaran rata-rata antara variabel penelitian. Analisis bivariate dalam penelitian ini menggunakan uji statistik non parametrik Wilcoxon Signed Rank Test.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan selama 6 hari, dimulai pada tanggal 04 Mei sampai dengan 09 Mei tahun 2020 dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Dalam pelaksanaannya, peneliti memberikan terapi *back massage* kepada 5 orang dalam sehari. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam bentuk analisis univariat dan bivariat berikut ini. Sebelum analisa univariat dan bivariat dapat dilihat terlebih dahulu distribusi frekuensi karakteristik responden (umur dan jenis kelamin) pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (Usia dan Jenis kelamin) Penderita**

Rheumatoid Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
1.	Usia		
	60 Tahun	1	3, 3%
	61 Tahun	4	13, 3%
	62 Tahun	3	10, 0%
	63 Tahun	6	20, 0%
	64 Tahun	3	10, 0%
	65 Tahun	2	6, 7%
	66 Tahun	3	10, 0%
	67 Tahun	3	10, 0%
	68 Tahun	3	10, 0%
	69 Tahun	2	6, 7%
	Total	30	100, 0%
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	10	33, 3%
	Perempuan	20	66, 7%
	Total	30	100, 0%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 63 tahun yaitu sebanyak 6 orang (20, 0%), dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 20 orang (66,7%)

Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis sebelum dan sesudah diberikan terapi *back massage*. Adapun hasil analisa univariat dapat dilihat pada tabel- tabel berikut ini:

Tabel 4. Rata-rata Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Sebelum Diberikan Terapi *Back Massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Nyeri Rheumatoid Arthritis Pretest	4, 97	0, 669	4 - 6

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari hasil analisis didapatkan rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis sebelum diberikan terapi *back massage* adalah 4, 97 dengan standar deviasi 0, 669.

Tabel 5. Rata-rata Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Setelah Diberikan Terapi *Back Massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Nyeri Rheumatoid Arthritis Posttest	3, 27	0, 868	2 - 5

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari hasil analisis didapatkan rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis setelah diberikan terapi *back massage* adalah 3, 27 dengan standar deviasi 0, 868.

Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk membandingkan rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis pretest dengan skala nyeri Rheumatoid Arthritis posttest pemberian terapi *back massage* dan menganalisis pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020. Adapun analisa bivariat dapat dilihat pada tabel-tabel berikut ini:

Tabel 6. Perbandingan Rata-rata Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi *Back Massage* Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Skala nyeri			
Nyeri Rheumatoid Arthritis Pretest	4, 97	0, 669	4-6
Nyeri Rheumatoid Arthritis Posttest	3,27	0, 868	2-5

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis sebelum diberikan terapi *back massage* adalah 4,97 dengan standar deviasi 0, 669. Dan rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis setelah diberikan terapi *back massage* adalah 3,27 dengan standar deviasi 0, 868. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata nyeri Rheumatoid Arthritis sebelum dan setelah diberikan terapi *back massage* dengan selisih nilai rata-rata skala nyeri Rheumatoid Arthritis antara sebelum dan sesudah diberikan terapi *back massage* adalah 1, 70.

Tabel 7. Analisis Pengaruh Terapi *Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020

Variabel	Z-Test	P-Value	N
Nyeri Rheumatoid Arthritis Pretest-Posttest	-4.562	0, 000	30

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa dari hasil uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan nilai *P Value* adalah 0, 000 ( $P < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia responden adalah lansia (60 tahun sampai dengan

69 tahun) dan sebagian besar responden berusia 63 tahun yaitu sebanyak 6 orang (20,0%). Menurut asumsi peneliti tingginya angka Rheumatoid Arthritis pada usia lansia dikarenakan pada usia tersebut terjadi penurunan fungsi tubuh dan semakin berkurangnya kemampuan sendi, hal ini sesuai dengan teori Sya'diyah (2018) yang menjelaskan bahwa dari semua faktor resiko untuk timbulnya Rheumatoid Arthritis, faktor penuaan adalah yang terkuat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan yang berjumlah 20 orang atau sebanyak 66, 7%, sedangkan laki-laki berjumlah 10 orang atau sebanyak 33, 3%. Menurut asumsi peneliti hal ini karena perempuan memiliki hormon estrogen yang berperan dalam penyakit autoimun. Hal ini sesuai dengan teori Sya'diyah (2018) yang menjelaskan bahwa jenis kelamin mempengaruhi terjadinya penyakit Rheumatoid Arthritis, wanita lebih sering terkena Rheumatoid Arthritis dibandingkan laki-laki dikarenakan adanya peran hormonal pada patogenesis Rheumatoid Arthritis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar setelah pemberian terapi *back massage*, dimana sebelum pemberian terapi *back massage* rata-rata nyeri responden adalah 4, 97 (nyeri sedang) dengan standar deviasi 0, 669 dan setelah pemberian terapi *back massage* rata-rata nyeri responden turun menjadi 3, 27 (nyeri ringan) dengan standar deviasi 0,868, didapatkan selisih mean 1, 70 dengan *P- Value* 0, 000.

Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena terapi *back massage* yang dilakukan sudah sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi *back massage* yang telah ditetapkan. Setiap gerakan yang dilakukan tidak dilakukan dengan asal-asalan namun sesuai dengan SOP, dimana pada penelitian ini menggunakan tiga teknik *massage* yaitu teknik *effleurage*, *petrissage* dan *tapotement*.

Hal ini sesuai dengan teori Setiono dan Nur (2010) teknik dalam *massage* memiliki fungsinya masing-masing. Teknik *effleurage* adalah gerakan mengusap menggunakan seluruh permukaan telapak tangan dan jari-jari untuk menggosok bagian tubuh yang lebar dan tebal seperti paha dan daerah punggung yang berfungsi untuk melancarkan peredaran darah pada area yang di pijat. Selanjutnya Teknik *petrissage* merupakan gerakan memeras dan pencomotan otot yang berfungsi untuk memberikan efek relaksasi pada area otot. Dan teknik *tapotement* merupakan gerakan ketukan yang berturut-turut dengan cepat menggunakan bagian samping tangan atau ujung jari yang berfungsi untuk menyegarkan otot-otot dan melancarkan peredaran darah.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa ada sebanyak 24 orang (80, 0%) setelah diberikan terapi *back massage* mengalami penurunan skala nyeri Rheumatoid Arthritis yang signifikan, dengan rata-rata penurunan skala nyeri adalah 1, 70. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena terapi *back massage* dilakukan selama 30 menit. Hal ini sesuai dengan teori Tamsuri (2006) untuk mendapatkan hasil dalam mengurangi nyeri, *back massage* dilakukan minimal 10 menit. Semakin lama proses pemijatan semakin memperlancar peredaran darah, sehingga menimbulkan rasa rileks dan lebih efektif dalam mengurangi rasa nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui juga bahwa ada sebanyak 6 orang (20, 0%) setelah diberikan terapi *back massage* tidak mengalami penurunan skala nyeri Rheumatoid Arthritis. Menurut asumsi peneliti hal ini disebabkan karena kurangnya konsentrasi responden, dimana waktu penilaian skala nyeri dilakukan pada siang hari dan juga responden sedang menjalankan ibadah puasa sehingga hal ini dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi responden.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristanto dan Maliya (2011) yang mengatakan bahwa ada perbedaan yang sangat bermakna atau ada pengaruh terapi *back massage* terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia dengan mean sebelum diberikan terapi *back massage*.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristanto dan Maliya (2011) adalah pada penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasy eksperimental* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sedangkan pada penelitian Kristanto dan Maliya (2011) menggunakan rancangan penelitian *pre eksperimental* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*.

Keunggulan pada penelitian ini adalah jumlah sampel dalam penelitian ini lebih banyak sehingga lebih akurat. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang sedangkan penelitian sebelumnya sebanyak 13 orang. Waktu pemberian terapi *back massage* dalam penelitian ini dilakukan selama 30 menit sedangkan pada penelitian sebelumnya dilakukan selama 20 menit.

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada penelitian ini didapatkan hasil *P-Value* 0, 000 dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1,70 sedangkan penelitian sebelumnya hasil *P-Value* 0, 003 dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1,31. Hal ini sesuai dengan teori Tamsuri (2006) yang menjelaskan bahwa untuk mendapatkan hasil dalam mengurangi rasa nyeri, *back massage* dilakukan minimal 10 menit, semakin lama proses pemijatan semakin memperlancar peredaran darah,

sehingga menimbulkan rasa rileks dan lebih efektif dalam mengurangi rasa nyeri.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas, peneliti berpendapat bahwa ada pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar tahun 2020 dibuktikan dengan uji statistik non parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa probabilitas lebih kecil dari *level of significant* 5% ( $0,000 < 0,05$ ).

## SIMPULAN

1. Rata-rata skala nyeri pada lansia yang menderita Rheumatoid Arthritis sebelum diberikan terapi *back massage* adalah 4,97 dengan standar deviasi 0,669.
2. Rata-rata skala nyeri pada lansia yang menderita Rheumatoid Arthritis setelah diberikan terapi *back massage* adalah 3,27 dengan standar deviasi 0,868.
3. Rata-rata penurunan skala nyeri pada lansia yang menderita Rheumatoid Arthritis sebelum dan sesudah diberikan terapi *back massage* adalah 1,70.
4. Ada pengaruh terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar

## SARAN

1. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan pengetahuan baru bagi perawat dan mahasiswa keperawatan dalam meningkatkan ilmu keperawatan, sebagai sumber referensi dan bacaan terkait terapi *back massage* sebagai pengobatan alternatif untuk penderita Rheumatoid Arthritis.
2. Diharapkan penderita Rheumatoid Arthritis untuk dapat memanfaatkan terapi *back massage* ini untuk mengurangi nyeri Rheumatoid Arthritis yang dialami.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar (2019). *Data Sepuluh Penyakit Terbanyak di Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar 2019*. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar 2019.
- Kristanto, T dan Maliya, A (2011). *Pengaruh Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Reumatik Pada Lansia di Wilayah Puskesmas Pembantu Karang Asem*. Laporan Penelitian. UMS. <http://eprints.ums.ac.id>. Diakses pada Maret 2020.
- Marlena, F dan Juniarti, R (2019). *Pengaruh Pijat Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia di Desa Kertapati Puskesmas Dusun Curup Bengkulu Utara*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. Volume 7 No.2. <https://jurnal.umb.ac.id>. Diakses pada Maret 2020.
- Mubarak, WH, dkk (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ningsih, LN (2011). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, (2012). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Orami, P (2019). *Ini 6 Jenis Minyak Pijat*. Jakarta. <https://parenting.orami.co.id>. Diakses pada Maret 2020.
- Pearce, EC (2017). *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia.
- Pujastuti et al (2018). *Perbedaan Kompres Hangat Jahe dan Back Massage Terhadap Penurunan Skala Nyeri Ekstermitas Bawah Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis*. Universitas Udayana. <https://ojs.unud.ac.id>. Diakses pada Maret 2020.
- Setiono, A dan Nur (2010). *Terapi Alternatif dan Gaya Hidup*. Jakarta: Pradipta
- Swarjana, IK (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)*. Yogyakarta, CV. Andi Offset.
- Sya'diyah, H (2018). *Keperawatan Lanjut Usia Teori dan Aplikasi*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka.